



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE HIDALGO

**Instituto de Ciencias Económico  
Administrativas**





- Área Académica: Turismo
- Tema: Hábitos de estudio
- Profesor(a):  
**MTE. Sandra Luz Hernández Mendoza**
- Dr. Danae Duana Avila**
- Periodo: **Enero-Junio 2019**



# Tema: HÁBITOS DE ESTUDIO

## Resumen:

Los hábitos de estudio son un paso imprescindible para desarrollar la capacidad del aprendizaje, garantizan que el alumno conozca sus propias habilidades apoyándose de técnicas de estudio.

Donde estas técnicas exige el dominio de estrategias que fomenten el desarrollo de habilidades cognitivas, afectivas y ambientales.

**Keywords:** Aprendizaje, técnica, habilidad, estudio.



# Tema: HÁBITOS DE ESTUDIO

## Abstract:

Study habits are an essential step to develop learning ability, ensuring that students know their own skills that support study techniques.

Where these techniques require mastery of strategies that promote the development of cognitive, affective and environmental skills.

**Keywords:** Learning, technique, skill, study.



# ¿Qué es el APRENDIZAJE?

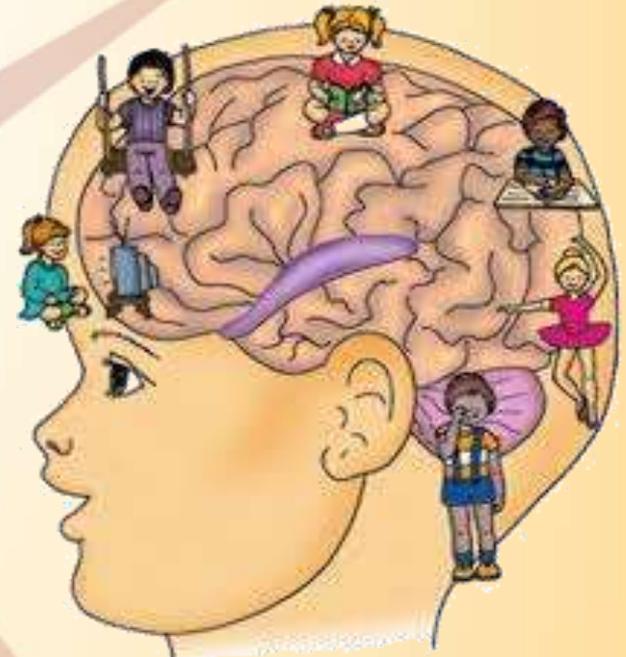
Es un **cambio en la capacidad, disposición o conducta** del ser humano que persiste pese al tiempo transcurrido y que no puede explicarse por procesos de crecimiento o maduración.



<https://mjmas.files.wordpress.com/2015/09/aprendizaje.jpg?w=560>

# CÓMO APRENDEMOS

- ...por Imitación
- ...por Repetición
- ...por Ensayo y error
- ...por la Actitud Positiva
- ...por una Buena concentración y organización
- ...por el significado que adquiere para nosotros lo que vamos a aprender



<http://margamunizaguilar.com/web/wp-content/uploads/2015/01/Captura-de-pantalla-2015-01-20-a-las-10.31.17.png>



# Cuáles son los factores que favorecen el APRENDIZAJE

## FACTORES COGNITIVOS



- Influyen en la personalidad
- El término cognición hace referencia a procesos de pensamiento (percepción, memoria y lenguaje)

## FACTORES AFECTIVOS-SOCIALES



- Proceso a través del cuál se adquieren o modifican habilidades de: actitud, motivación, voluntad, destrezas, conductas.

## FACTORES AMBIENTALES



- Lugar: Deben tener buena iluminación, cómodo, agradable, silencioso
- Tiempo: Distribuir de acuerdo con la cantidad de material y tareas pendientes





### ¿Qué es un Hábito?

Es una disposición estable para actuar de una manera determinada.

Concierne a las facultades operativas humanas

### ¿Qué es Estudiar?

Es un intento sistemático de comprender, asimilar, fijar y recordar los contenidos objeto del aprendizaje

# ¿QUÉ ES UN HÁBITO DE ESTUDIO?

Son aquellas conductas que los estudiantes practican regularmente, para incorporar saberes a su **estructura cognitiva**.

La **estructura cognitiva** está definida como el conjunto de conceptos e ideas que un individuo posee sobre un determinado campo de conocimientos, así como la forma en la que los tiene organizados. **Esos hábitos pueden ser buenos o malos**, con consecuencias positivas o negativas, respectivamente, en sus resultados.

## HÁBITOS DE ESTUDIO



[http://www.esucomex.cl/wp-content/uploads/2014/06/h%C3%A1bitos\\_de\\_estudio.jpg](http://www.esucomex.cl/wp-content/uploads/2014/06/h%C3%A1bitos_de_estudio.jpg)





**¿Qué  
hábitos  
tengo?**

**¿Cómo  
los  
cambio?**

**¿Deseo  
realmente  
cambiarlos?**

# BUENOS HÁBITOS DE ESTUDIO



Hacer un plan de estudio

Tomar descansos

Crear apuntes propios

Dormir lo suficiente

Evitar los distractores

Estudia todos los días

Ordenar el lugar donde se realiza el estudio



<https://www.google.com.mx/search?dcr=0&biw=1366&bih=613&tbm=isch&q=crear+apuntes+propios.jpg>



<http://www.curso-mir.com/metodoCIMA/imagen/28.jpg>



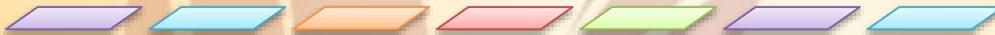
# MALOS HÁBITOS DE ESTUDIO



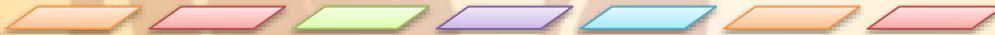
Estudiar con música



No tener un sitio fijo de estudio



Tomar bebidas energéticas



Estudiar durante la noche



Estudiar materias que interfieran



Estudiar en la cama



<https://cdn1.educacion2.com/wp-content/uploads/estudiar-con-m%C3%BAsica.jpg>



<https://image.freepik.com/foto-gratis/chica-estudiando-en-la-cama.jpg>



# TÉCNICAS DE ESTUDIO

Son un conjunto de **estrategias** que permiten hacer un trabajo de la manera más rápida y eficaz.



## ¿Qué son las estrategias?

- Es una forma de abordar los problemas
- Son métodos o procedimientos empleados para facilitar el aprendizaje.

<http://slideplayer.es/slide/3606093/12/Tecnicas+de+estudio.jpg>

Las **técnicas de estudio** son distintas perspectivas aplicadas al aprendizaje.



# TÉCNICAS DE ESTUDIO



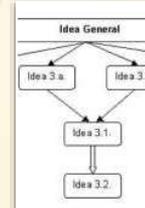
1. Prelectura



4. Subrayado



2. Lectura comprensiva



5. Esquema



3. Notas al margen o margiales



6. Resumen



7. Memorización

# PRELECTURA



Consiste en realizar una lectura rápida y de familiarización con tus apuntes.

# LECTURA COMPRENSIVA



Debes poner todos tus sentidos y concentración en esta lectura, por qué si lo haces bien no tendrás que leer y releer una y otra vez lo mismo.



# NOTAS AL MARGEN O MARGINALES



Al hacer esa lectura comprensiva podemos escribir las cosas o ideas globales más significativas en los márgenes

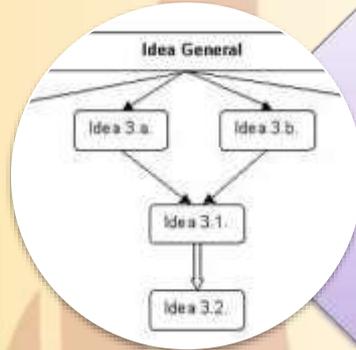
## SUBRAYADO



Para esta tarea es importante tener 2 colores: uno para ideas principales y otro para ideas secundarias



# ESQUEMA



Una vez realizados los pasos anteriores, realizamos una estructura de nuestro tema, de tal modo, que con un solo vistazo podemos ver el tema completo.

# RESUMEN



Es extraer de un texto todo aquello que nos interesa saber y queremos aprender

# MEMORIZACIÓN



Fijar los conocimientos asimilados en las fases anteriores



# Referencias Bibliográficas y/o Electrónicas

Agudelo, H., Santa V. (2009). *Hábitos de estudio y habilidades esenciales en el ámbito universitario*. Institución Universitaria Colegio Mayor de Antioquia. Recuperado y consultado el 29 de septiembre de 2017 de: [http://www.colmayor.edu.co/archivos/hbitos\\_de\\_estudio\\_y\\_habilidad\\_e\\_xnd\\_ui.pdf](http://www.colmayor.edu.co/archivos/hbitos_de_estudio_y_habilidad_e_xnd_ui.pdf)

Hernández, C.; Rodríguez, N. y Vargas, A.(2012). *Los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje*. Revista de Educación Superior Vol. XLI (3), N0. 163 pp.67-87. Recuperado y consultado el 25 de septiembre de 2017 de: <http://www.scielo.org.mx/pdf/resu/v41n163/v41n163a3.pdf>

Quintero, L. ( s.f.) *Hábitos de estudio*. Guía práctica de aprendizaje con enfoque de competencias. Editorial trillas.

